

# 婚后十年仍如热恋的夫妻，做对了什么？

## 三观一致，相爱相守

最好的婚姻，是精神上的门当户对，三观上的琴瑟和鸣。

曾在知乎上看过一个问题：“什么是三观不合？”

有网友回答：

你喜欢大海，他喜欢沙漠，这不叫三观不合，你喜欢大海，他却说大海淹死过很多人，这才叫三观

不合。

《幸福三重奏》播出后，大家才明白为什么陈意涵选择了这个看似其貌不扬的男人。

生活中的他们，会一起晨跑，在运动后吃高热量的食物；会一起观察奇奇怪怪的动物，蚂蚁或者蚊子；陈意涵睡午觉

的时候，许富翔做饭都是轻手轻脚，并且用好看的餐具摆放并不完美的餐食。

他们的梗彼此不用开口对方就懂，也能互相接的上对方抛出的奇怪问题，偶尔配合对方的小剧本，上演一出出可爱的小闹剧。

一个眼神，一个微笑，身处同样频道的两个人，交换好了信号，成为磁场相同的完美恋人。

这不正是默契，更是三观的契合。

陈意涵曾说：“我的人生只要有旅行和啤酒，运动和一本书就完

美了！”

如今她喜欢旅行，他喜欢拍她旅行，她喜欢运动，他喜欢陪她运动，她对人生永远积极热情，愿意尝试新鲜事物，恰好他也是。

无论在恋爱还是婚姻中，找一个和自己三观一致的人才能共同享受生活的美好。

## 努力变好，保持新鲜感

看到了荧幕上很多爱情的开始和终结，发现散场依旧是人生常态，多数人都没有例外。

我以前不太理解新鲜感，总觉得连食物和人都有保质期，爱情早晚也会被消耗殆尽。

长大后才明白“新鲜感是和旧的人一起体验新的事物，而不是和

新的人去循环旧事物”。

新鲜感，是两个人共同努力创造出不一样的自己。

我朋友小希，认识她的时候，她刚结婚，她们夫妻两个人穿着普通，平淡无奇，但是一年后，再次聚餐时，两个人的品位和谈吐发生了翻天覆地的变化。

常在社交平台看到他们的照片，不同的地方，不同的形象，相同的微笑，相同的爱意。

我问小希：“你怎么忍受长时间面对一个人，做重复的事情？”

小希笑着说：“我们每天的生活都不一样啊，忙着应付所有的变化，哪有天天重复同样的生活。”

当别人还在纠结今天要做什么时，他们已经开始规划下一周的生活了。没有重复，只有创新。

无论是恋爱，还是婚姻，当你从校园回归生活后，拉开与别人差距的是学习能力。

只有在不断学习不断努力，才

能得到更多新鲜的知识、新鲜的感受、新鲜的才华，才能让人生更丰富，思想更丰盈，两个人才能走得更顺畅。

所以一段感情能不能维持下去，是双方思想上的同进同退，是不断展示给对方新鲜的自己，是不断的重新塑造。

## 在柴米油盐中寻找仪式感

很多人把婚姻过成了一成不变的日子，但是爱是需要仪式感的，需要寻找浪漫。

太多人误以为，平淡才是婚姻的本质。但殊不知正是因为平淡，才使婚姻成为一潭死水。

武志红老师说：“生命是由生活体验组成的。而体验生活，需要仪式感。”

我们的婚姻和生活需要仪式感，去打破沉寂，激发婚姻生活的乐趣。

把每个普通的日子赋予仪式感，能真实地感受自己在享受婚姻，而不是对生活早已麻木。

我发小的老公是“有情调”的好好先生。

这位先生清楚记得老婆的生日、两人各种纪念日，他会把日期标

记在手机里，时不时来一个小惊喜。

今年夫妻二人的结婚纪念日，他们把孩子送到爷爷奶奶那，跑到山上去吃烛光晚餐，一起看日出日落。

发小曾说：“我先生有一双发现美的眼睛，我早上刚刚把花瓶里的花扔掉，晚上下班他就重新买了一束；我每次做好的面包，他都会

印上小熊的图案，然后摆好盘跟我一起拍照片。”

他们各自出差回来后会给对方准备小惊喜，每次都是偷偷藏好，等着对方“偶然”发现。

长此以往，他们从未觉得婚姻平淡无奇，所以懂得在婚姻中保持仪式感的夫妻，能在柴米油盐中把生活过的诗情画意。

仪式感，能为幸福的婚姻加冕。

它就像每天的一记香吻、回家时的一个拥抱，吃饭时的一句夸赞。

那些婚姻中微不足道的仪式感，就像低沉而有魅力的情话，仿佛在耳畔轻声说：“我爱你，每一天。”

## 学会宽容，及时认怂

“婚姻就像跳舞，低头，不是认输，而是为了抬起幸福。”

会认怂的夫妻，最聪明。

在婚姻中，最害怕的就是双方僵持不下。

然而，那些在婚姻里适当认怂的人，婚姻都很美满。

宠妻狂魔赵又廷在节目里说自己非常怂。

他说：“认怂，不是放弃也不是

认输，而是一种积极的自我认知。”

懂得适当认怂，年龄差也会在感情面前变得不值一提。

认怂不是窝囊，而是情商高的体现。

有个姐姐，婚后生活不仅没有争吵，她和姐夫的感情反而爱意更浓，因为感情和生活和谐美满，两个人都散发着满满的活力和青春。

我向她讨教经营婚姻生活的秘诀，她说：“哪有什么秘诀，不过是给彼此宽容，学会服软。”

有的时候吵架，你姐夫会先认怂，哄哄我，我也会顺势下台阶，绝不得理不饶人，这样两个人不会上升到冷战的地步。

聪明人，都会恰到好处地服输和认怂，这样的婚姻才不会是一地

鸡毛，感情才会一直温存。

好的婚姻要谅解。

每个人都有属于自己的优缺点，你选择了成熟稳重，就要接受他生活单一感情木讷。

你选择了强势果敢，也必须接受对方的精明和工作大于生活。

两个人在一起是否合适，不是看互相有多爱对方的优点，

而是面对双方缺点，你是否会欣然接受，面对两个人的争吵，是否愿意选择示弱和认怂。

好的婚姻生活，是当双方争吵到一发不可收拾时，都能预想到大动肝火的后果，学会自己给自己降火，一人充当弱者，另一人找好台阶看准就下，吵闹过后不影响感情，仍然充满期待和你一起拥抱未来。

## 多说情话和废话

马伊琍说：“婚姻最重要的是流动，两人要有话说。”

对夫妻，应该是无话不谈的好朋友，也应该是悄悄咪咪说情话的热恋情侣。

不论何时都要多说废话，因为它的本质是“我想你了。”

吃到美食，第一时间拍照跟他“炫耀”。

拍很多照片，发几张给他，问问

哪张好看。

偶有小病，多撒撒娇，求亲亲，求抱抱，求安慰。

其实，我爱你不是宏图大业，它就是琐碎到“你在干嘛”、“你吃了吗？”

说废话的频率决定了我爱你的浓度。

在这个崇尚理智和奋斗的年代，我们很需要一个人，愿意倾听我们委屈时的抱怨和不满。

不论男女，都有被生活打击到几乎崩溃的时刻，女生哭一场擦干眼泪继续加油，男人呢，只能强忍眼泪，默默吞掉苦和累。

而家和家人就要做那个让她（他）倾诉的地方，把无尽的委屈一吐为快，然后两个人坐在火锅旁边，边吃吐槽身边的奇葩经历，这才是夫妻该有的样子。

尼采说：“你打算和一个人结婚

之前，应该问自己，你和对方能够一直到老都聊得来吗？”

婚姻中的双方是希望你能够随时跟我聊聊天，给我强大的陪伴感，让我对抗孤单。

所以，请你把跟对方说话，当成一件重要的事去对待。

结婚只能叫在一起，白头偕老才是共度一生。

好的婚姻是我都要和你共同更

新我们的人生，我要和你说很多很多很多的情话和废话。

婚姻就像一座城，两个小小的人在里面又哭又笑，又吵又闹。

或许这座城并没有很牢固，经历风雨时也会摇摇欲坠，正因为这样，才需要两个人好好经营，打造更牢靠的城墙。

往后余生，风雪是你，平淡是你，荣华是你，目光所至，皆是你。

# “短暂地爱了一下”，本来就是常有的事

“他好像只是短暂地爱了我一下”，自从安具夫夫妇离婚以来，这句话就被我朋友圈的女青年们大肆引用。离婚了，骂骂负心汉，自然无可厚非，但看着大部分未婚女青年，又一次“再也不相信爱情了”，我实在有点忍不住内心的这股激动，想大声嚷一句：结婚，又不是给你谈恋爱用的。

我不知道现在还有多少人认为，相爱让我们一生一世在一起，不，不是这样的，相爱的人可以结婚，可结婚后的夫妇，必须一起干点项目啊！

具惠善和安宰贤婚后一起做了一部真人秀综艺，《新婚日记》。我本以为这部真人秀是记录真实的婚姻生活，仔细一看发现，两人的生活，实际是被架空的。他们搬去了韩国某个偏僻的乡村，栖居在山中一幢简朴小木屋里。在那里

自己生火、制作食物、出门买东西，以明星的生活来过乡下人的生活，这是一个项目，拍真人秀，本身也是一个项目。

都是以夫妻名义共同进行的事，没有另外一个人，这件事就不能继续下去。乍一看这部综艺，有点像韩国版的《小森林》，女明星和男明星，纷纷洗去尘世铅华，以朴素和温暖的姿态，慢慢悠悠，不慌不忙过日子。

光看他们每天做柿饼，捡核桃，做饭，我倒觉得还不错，很缓解当代人忙碌的生活。但《新婚日记》又名《屠狗日记》，夫妇之间的爱是最大的看点。两人出去买东西，安宰贤看到有车驶过，把老婆拉到自己身边，这是甜；具惠善早起出门工作，老公在窗边一直目送着她离开，这也是甜。这些细节出现在偶像剧里，是相爱的证据，但

出现在现实生活中，就一个结婚多年的已婚妇女眼光来看，好像没什么很感人的成分。

安宰贤有一次早起时，看身边没人，嘟囔了一句，老婆，好害怕。弹幕纷纷觉得“好甜蜜”，后来大S在真人秀《幸福三重奏》里也来了这么一段，一个人躺在同样是民宅的家里，忽然对着消失了一会儿的汪小菲说，我好怕怕啊。她老公当时去上了个洗手间，还得忙不迭地安慰老婆，看得荧幕前的我一阵狂摇头：这不是神经病吗？

两个人相处的细节，一旦被放大成爱情，下次安宰贤不再目送具惠善时，后者是不是理所当然地认为“噢，他不爱我了”？

如果拍摄一部真人秀是为了表现爱，真的爱，很奇怪的，忽然，爱就没有了。

就像村上春树某期写的专栏，

谈到著名画家乔治亚·奥基弗，在还没那么出名时，有一回被都乐公司邀请到夏威夷免费游玩，公司支付整个长假期的所有费用。唯一的要求就是，请奥基弗画一幅菠萝的画，公司想印在罐头上。奥基弗到了夏威夷，心情很好，画了不少画，但就是没有一幅菠萝的画。

直到假期结束，画家依然没交出菠萝的画作，转身回了纽约。都乐公司的职员又往她纽约的寓所寄去大量有关菠萝的照片，催促着好歹画一幅吧。最后，她交出了一幅有关菠萝的画像，可惜画的不是菠萝，是菠萝的花蕾，加上另外一幅画，寄去了夏威夷。

奥基弗为什么始终不肯画菠萝？画个菠萝，不难吧？

我能想象得出来，当真人秀导演、编导、编剧，都在费尽心思地安排着爱情的细节，心动的瞬间，思

念的苦涩时，演员本身反而没办法再进一步相爱了。

所以每回真人秀上，绝世好男人开始照顾女方时，观众纷纷议论：xx真的好爱xx啊，我都替演员觉得一阵疲惫，关于爱的疲惫。结婚并不是为了相爱，想要被人爱一辈子，所以才结婚，这根本就是大错特错的想法。爱情是爱情，生活是生活。

成年人具体的事情，包括买房，装修，生小孩，处理各种生老病死，医疗教育问题，这就是我们人生的项目。结婚，是为了两个人一起干项目。

过得下去的婚姻，和开不下去的公司一样，总要有两人可以一起努力合作的项目吧？

找不到项目的夫妻，当然可以趁早散伙。

结婚，可是要干点实事的啊！